

Kindheit im 21. Jahrhundert

Belastungen verstehen, Zuversicht stärken

Oskar Jenni
Abteilung Entwicklungspädiatrie



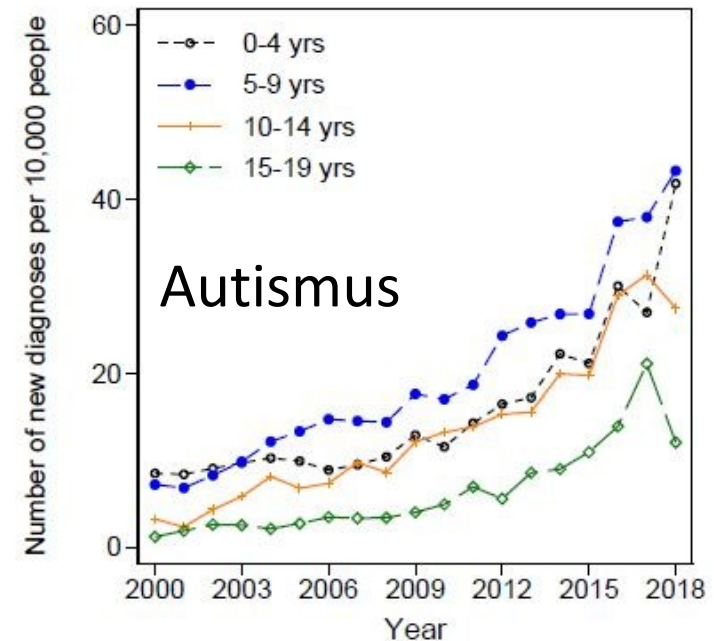
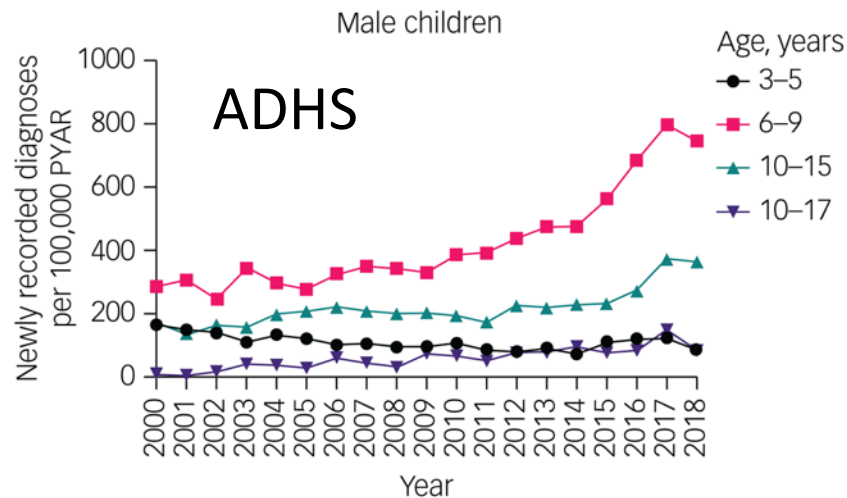
*Das Spital der
Eleonorenstiftung*



**Universität
Zürich**^{UZH}

AARG Aargauische Kantonale Lehrerinnen- und Lehrerkonferenz
20. Mai 2026, Aarau

Zunahme von Entwicklungsstörungen ADHS und Autismus

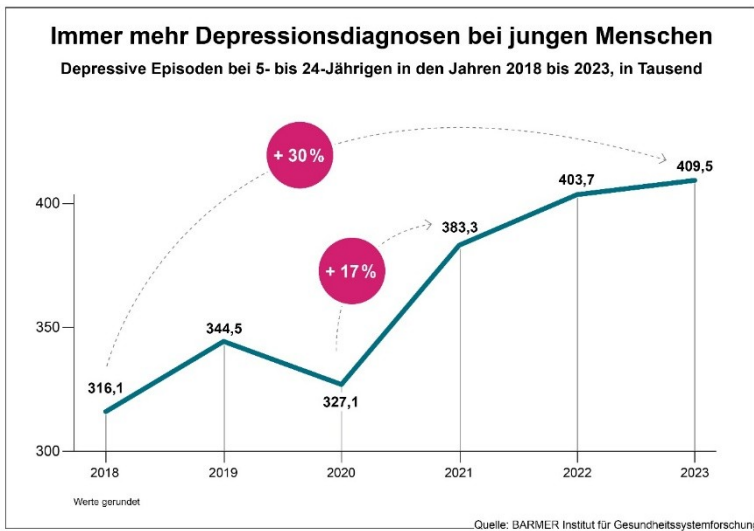


MacKechnie et al., *Br J Psychiatry*, 2023

Nions et al., *The Lancet Regional Health*, 2023

Zunahme von psychiatrischen Störungen

Depressionen und Ängste



BARMER Institut für
Gesundheitssystemforschung (bifg)
2024

Schweizer Jugendliche haben viel weniger Ängste als deutsche

Wie viel Angst hast du angesichts der Lage in der Schweiz? Angaben in Prozent, gerundet.

Keine Angst Leichte Angst Erhöhte Angst Extreme Angst

Schweiz



Deutschland



Grafik: ked.; Quelle: www.generation-thinking.de

Tagesanzeiger, Basler und
Berner Zeitung, 14. Juni 2025

Die 3 Gründe für die Zunahme

- 1. Wandel in der Wahrnehmung:** Mehr Wissen, mehr Informationen, mehr Sensibilität, mehr Angebote und mehr Diagnosen

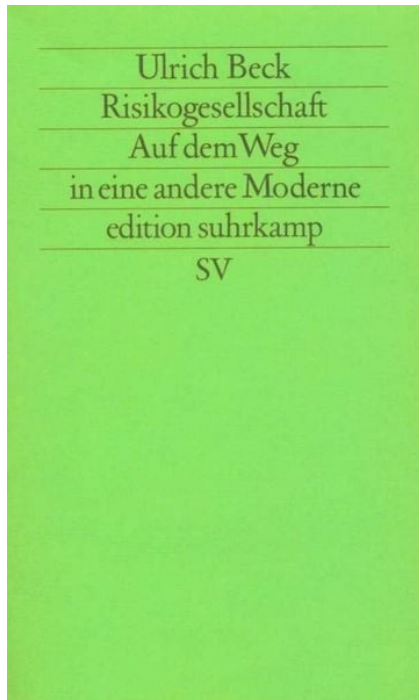
Chancen und Risiken von Diagnosen

■ **Tab. 1.2** Vorteile und Risiken von Entwicklungsdiagnosen

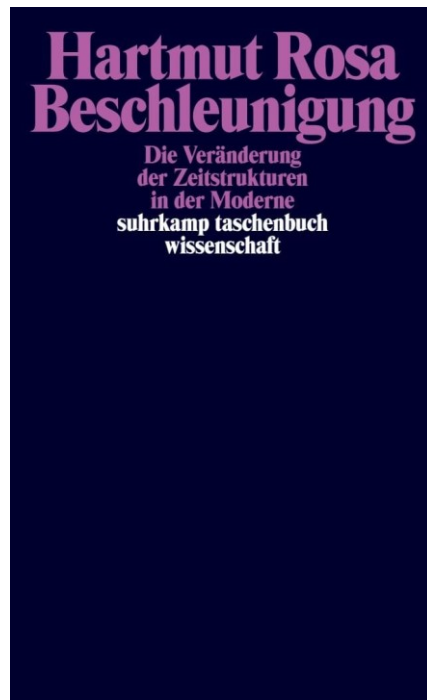
Vorteile	Risiken
Zugang zu Hilfsangeboten und Therapien	Stigmatisierung und Ausgrenzung
Finanzierung von Leistungen	Langfristige Etikettierung
Rechtlicher Schutz mit Nachteilsausgleich	Fehldiagnosen
Entlastung von elterlichen Schuldgefühlen	Übermäßige Fixierung auf Diagnose und Defizite
Gemeinsame Sprache	Machtgefälle: Ressourcen im Interesse der Fachpersonen
Verbessertes Verständnis und Bewusstsein	Beeinträchtigung der Eltern-Kind-Beziehung
Zugang zu Selbsthilfegruppen	Einfluss auf Beziehungen zu Geschwistern und andere Angehörigen

Die 3 Gründe für die Zunahme

- 1. Wandel in der Wahrnehmung:** Mehr Wissen, mehr Informationen, mehr Sensibilität, mehr Angebote und mehr Diagnosen
- 2. Gestiegene Anforderungen:** Übersteigerter Individualismus, hohes gesellschaftliches Tempo, übermässige Leistungsorientierung und übertriebener Perfektionismus



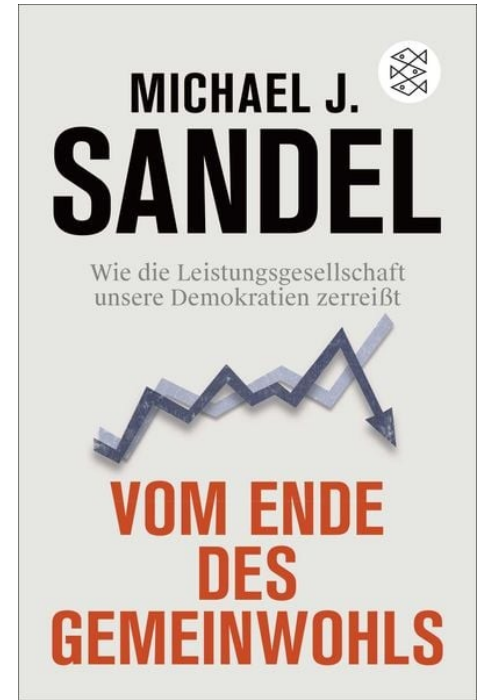
Ulrich Beck
1986



Hartmut
Rosa
2005



Andreas
Reckwitz
2017

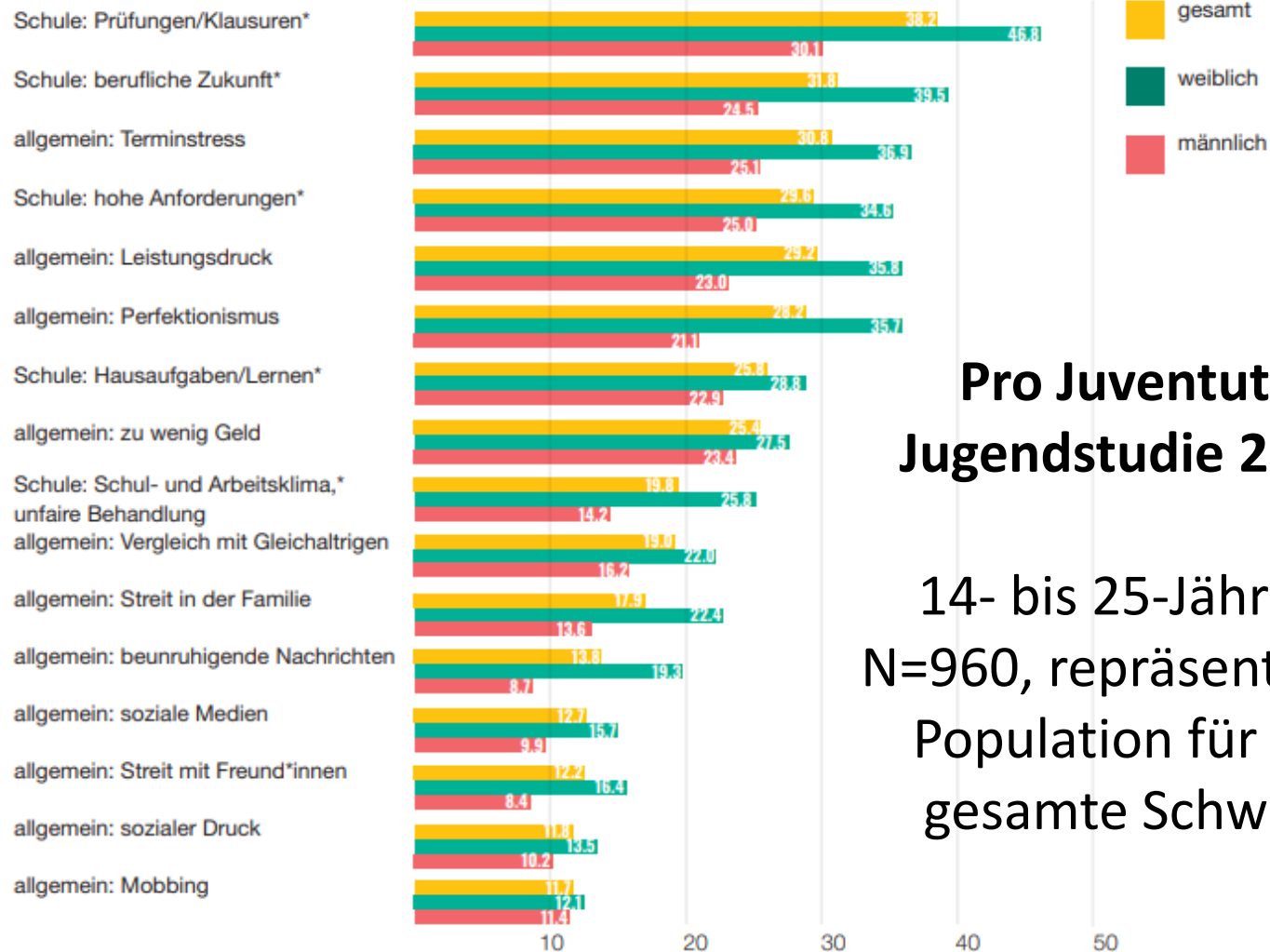


Michael
Sandel
2023

Die wichtigsten Gesellschaftsanalysen der Spätmoderne

Schulleistungsdruck

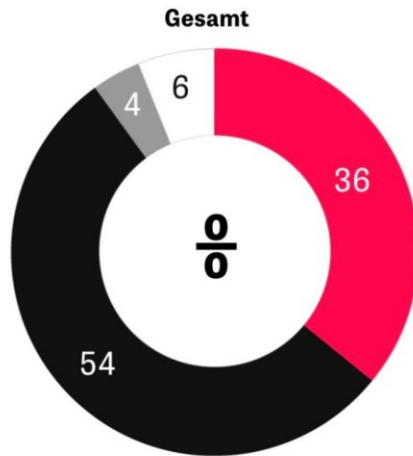
Häufigste Stressoren (% Antworten sehr häufig/häufig)



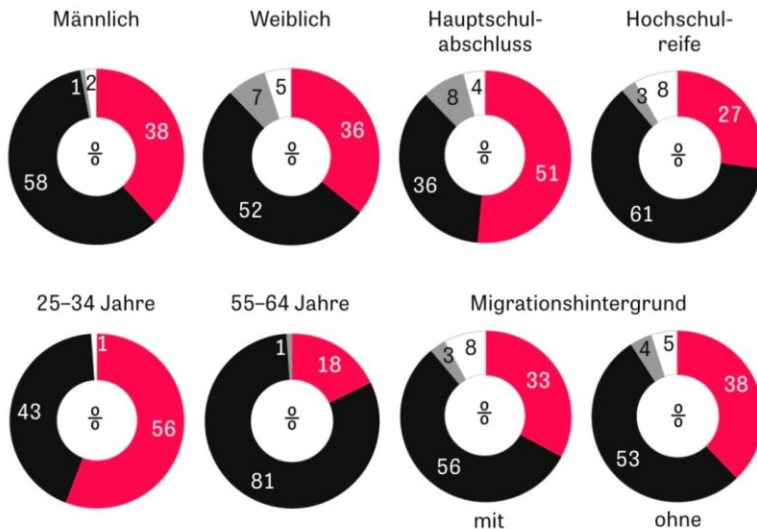
**Pro Juventute
Jugendstudie 2026**

14- bis 25-Jährige
N=960, repräsentative
Population für die
gesamte Schweiz

Glauben Sie, dass der Leistungsdruck in Schulen für Schüler und Schülerinnen zu hoch ist?



■ Ja ■ Nein ■ Kann/möchte ich nicht beantworten □ Weiß nicht



«Chill mal» – früher war es auch nicht einfach!

Ich-bezogene Verzerrung
Überlebenden-Perspektive
(„Survivorship bias“)

- „Wenn ich das ausgehalten habe, müssen es andere auch schaffen.“
- «Uns hat es ja auch nicht geschadet.»

Die 3 Gründe für die Zunahme

- 1. Wandel in der Wahrnehmung:** Mehr Wissen, mehr Informationen, mehr Sensibilität, mehr Angebote und mehr Diagnosen
- 2. Gestiegene Anforderungen:** Übersteigter Individualismus, hohes gesellschaftliches Tempo, übermäßige Leistungsorientierung und übertriebener Perfektionismus
- 3. Globale Unsicherheiten** wie Krieg, politische und technologische Umbrüche, Klimakrise

Die Gründe für die Krise

Unsichere Welt: Gesellschaftliche Verlustangst

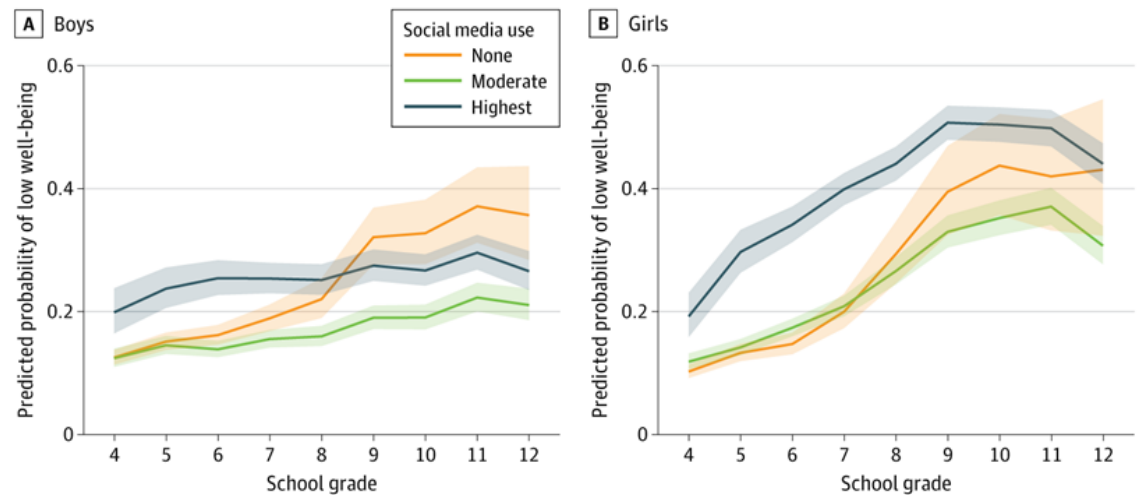


Die 3 Gründe für die Zunahme Und die digitalen Medien?

- Verstärken den 2. und 3. Grund
- Viele Studien korrelativ, kaum kausale Effekte
- Moderate Nutzung mit positivem Wohlbefinden



Goldlöckchen-Effekt



Singh et al., 2026, JAMA; Nagata et al., 2025, JAMA; Paterna et al.,
Journal of Behavioral Addiction, 2024; Jia et al., Acta Psychologica, 2025;
Fergusson et al, Professional Psychology: Research and Practice , 2024

Die 3 Gründe für die Zunahme Und die digitalen Medien?

- Verstärken den 2. und 3. Grund
- Viele Studien korrelativ, kaum kausale Effekte
- Moderate Nutzung mit positivem Wohlbefinden
- Polarisierende Debatte lenkt von bedeutenden Einflussfaktoren (z. B. psychosoziales Umfeld) ab
- Schutz vor exzessiver Nutzung, Gewalt und Missbrauch bleibt aber zentral
- Verantwortung der Schulen und Medienbildung

Singh et al., 2026, JAMA; Nagata et al., 2025, JAMA; Paterna et al.,
Journal of Behavioral Addiction, 2024; Jia et al., Acta Psychologica, 2025;
Fergusson et al, Professional Psychology: Research and Practice , 2024

PROGRAMM
JAHRESTAGUNG 2026

Aufwachsen in einer digital geprägten Welt

Hörsaal im Gebäude Forschung und Lehre,
August-Forel-Strasse 51, 8008 Zürich
Donnerstag, 27. August 2026, 9 – 17 Uhr

Aufwachsen in einer digital
geprägten Welt -
Entwicklungsaufgaben im
Wandel | Kinderspital Zürich

Die 3 Gründe für die Zunahme

- 1. Wandel in der Wahrnehmung:** Mehr Wissen, mehr Informationen, mehr Sensibilität, mehr Angebote und mehr Diagnosen
- 2. Gestiegene Anforderungen:** Übersteigter Individualismus, hohes gesellschaftliches Tempo, übermäßige Leistungsorientierung und übertriebener Perfektionismus
- 3. Globale Unsicherheiten** wie Krieg, politische und technologische Umbrüche, Klimakrise

Die 4 Handlungsfelder

1. Keine pädagogische Panik

- Keine Angst vor der Zukunft haben, die wir nicht voraussehen können (keine *pädagogische Panik*, Basil Bernstein, 1990)
- Den Kindern Zuversicht und Vertrauen geben
- Direkt auf unmittelbare Lebenswelten der Kinder und Jugendlichen Einfluss nehmen

Die 4 Handlungsfelder

2. Ambiguitätstoleranz lernen

- Mehrdeutigkeiten, Gegensätze, Unsicherheiten aushalten !
- Ambiguitätstoleranz ist bei Fachpersonen positiv mit Wohlbefinden und negativ mit Stress assoziiert (Hancock & Mattick, 2020)



Else Frenkel-Brunswik
(1908-1958)

Die 4 Handlungsfelder

3. Entwicklungswissen stärken

- Fachpersonen brauchen grundlegendes Wissen über die kindliche Entwicklung von Geburt bis ins Erwachsenenalter
- Was brauchen Kinder, damit sie gesund aufwachsen können?



Die 4 Handlungsfelder

4. Den Kindern zuhören



[Zukunftsrat U24](#) |
[Stimme der jungen
Schweiz](#)



Was Kinder brauchen

Die Grundbedürfnisse

- Maslow'sche Bedürfnispyramide, 1943
- Brazelton und Greenspan, 2000
- Ryan und Deci, 2000
- Largo, 2017



Beginn 1954 – 1000 Kinder, drei Generationen

[Die Zürcher Longitudinalstudien](#)
[\(Dokumentarfilm, 10 min\) \(vimeo.com\)](#)



STUDY PROTOCOL
published: 28 January 2021
doi: 10.3389/fnhum.2020.612453



Zürcher
Longitudinal
Studien

The Importance of Childhood for Adult Health and Development – Study Protocol of the Zurich Longitudinal Studies

Flavia M. Wehrle^{1,2}, Jon Caffisch^{1,2}, Dominique A. Eichelberger¹, Giulia Haller¹, Beatrice Latal^{1,2,3}, Remo H. Largo^{1†}, Tanja H. Kakebeeke^{1,2} and Oskar G. Jenni^{1,2,3*}

¹ Child Development Center, University Children's Hospital Zurich, Zurich, Switzerland, ² Children's Research Center, University Children's Hospital Zurich, Zurich, Switzerland, ³ University of Zurich, Zurich, Switzerland

[Frontiers | The Importance of Childhood for Adult Health and Development – Study Protocol of the Zurich Longitudinal Studies \(frontiersin.org\)](#)

Was Kinder brauchen

Grundbedürfnisse – Die 5G

1. Geborgenheit in Beziehungen
2. Gesundheit in Körper und Geist
3. Gelegenheiten zum Lernen
4. Grenzen als Orientierung
5. Gemeinschaften mit Anderen



Was bedeutet «Geborgenheit» für Sie?

Das Universitäts-Kinderspital Zürich und das Marie Meierhofer Institut für das Kind führen eine Studie zum Thema «Geborgenheit» durch. Dabei interessiert uns, was Geborgenheit für Sie bedeutet.

Die Umfrage wird anonym durchgeführt und dauert 6–10 Minuten.

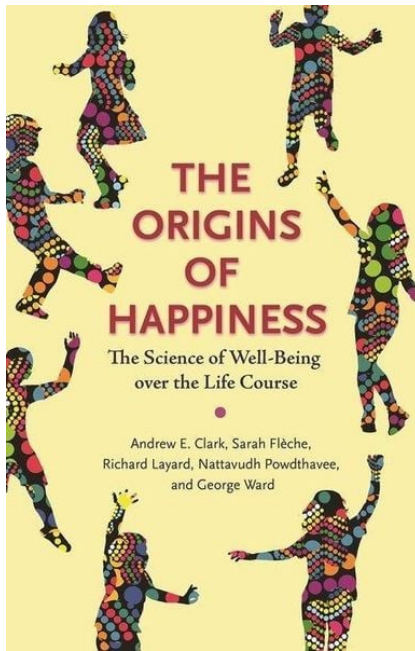
Zur Umfrage:



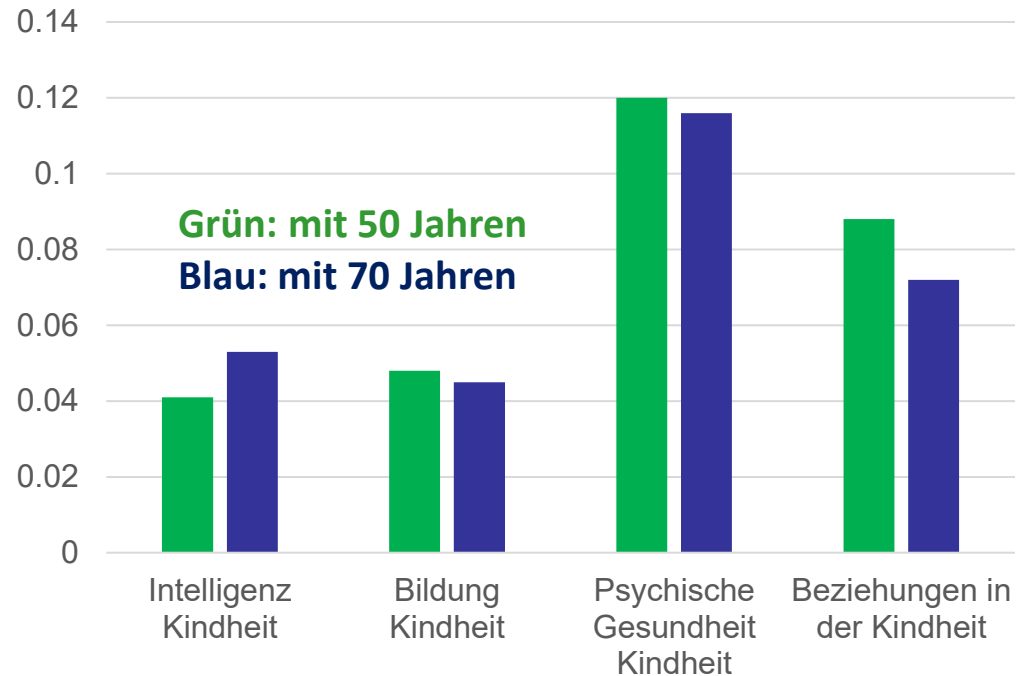
Ein herzliches Dankeschön für Ihre Teilnahme!

Lebenszufriedenheit mit 50/70 Jahren

Bedeutung der Kindheit



Clark et al., 2019



Flèche et al., *Journal of Economic Behavior*, 2021
Frijters et al., *The Economic Journal*, 2013

Lehrpersonen in Beziehung

Bei herausforderndem Verhalten

- Gute Beziehung zur LP hat grossen Effekt !
- ADHS-Symptomatik erhöht Konflikte und Distanz zwischen LP und Kind, verschlechtert Verhalten und schulische Leistungen
- Wissen über die kindliche Entwicklung verbessert Beziehung zwischen LP und Kind
- LP Coaching fördert Nähe und Feinfühligkeit

MacLean et al., The student-teacher relationship and ADHD symptomatology: A meta-analysis. *J School Psychol*, 2023

Was Kinder brauchen

Grundbedürfnisse – Die 5G

1. Geborgenheit in Beziehungen
2. Gesundheit in Körper und Geist
3. Gelegenheiten zum Lernen
4. Grenzen als Orientierung
5. Gemeinschaften mit Anderen



Emotionen regulieren lernen

Langsamer Entwicklungsprozess

- Ab 2 bis 4 Jahren: Emotionen bei sich und anderen erkennen und benennen
- Durch soziale Interaktion und Sprache lernen Kinder die kulturspezifischen Kategorien für innere Zustände (Theorie der konstruierten Emotionen, Barrett, 2006)
- Emotionsregulation entwickelt sich schrittweise über Kindheit und Jugend durch Co-Regulation von uns Erwachsenen.

Angebot

MindMatters - Schule durch psychische Gesundheit stärken

Eine Ressource für die Zyklen 1-3 und Übergangsjahre



Mind
Matters.ch

[Überblick](#)[Umsetzung](#)[Zugänge](#)[Kontakte](#)[Veranstaltungen](#)[Mehr](#) 

Sozio-emotionales Lernen

Pädagogik sozio-emotionaler
Entwicklungsförderung

Dennis Christian Hövel, Claudia Schellenberg,
Pierre-Carl Link, Olivia Gasser-Haas (Hrsg.)

Kinder lernen Emotionsregulation von uns !

Was Kinder brauchen

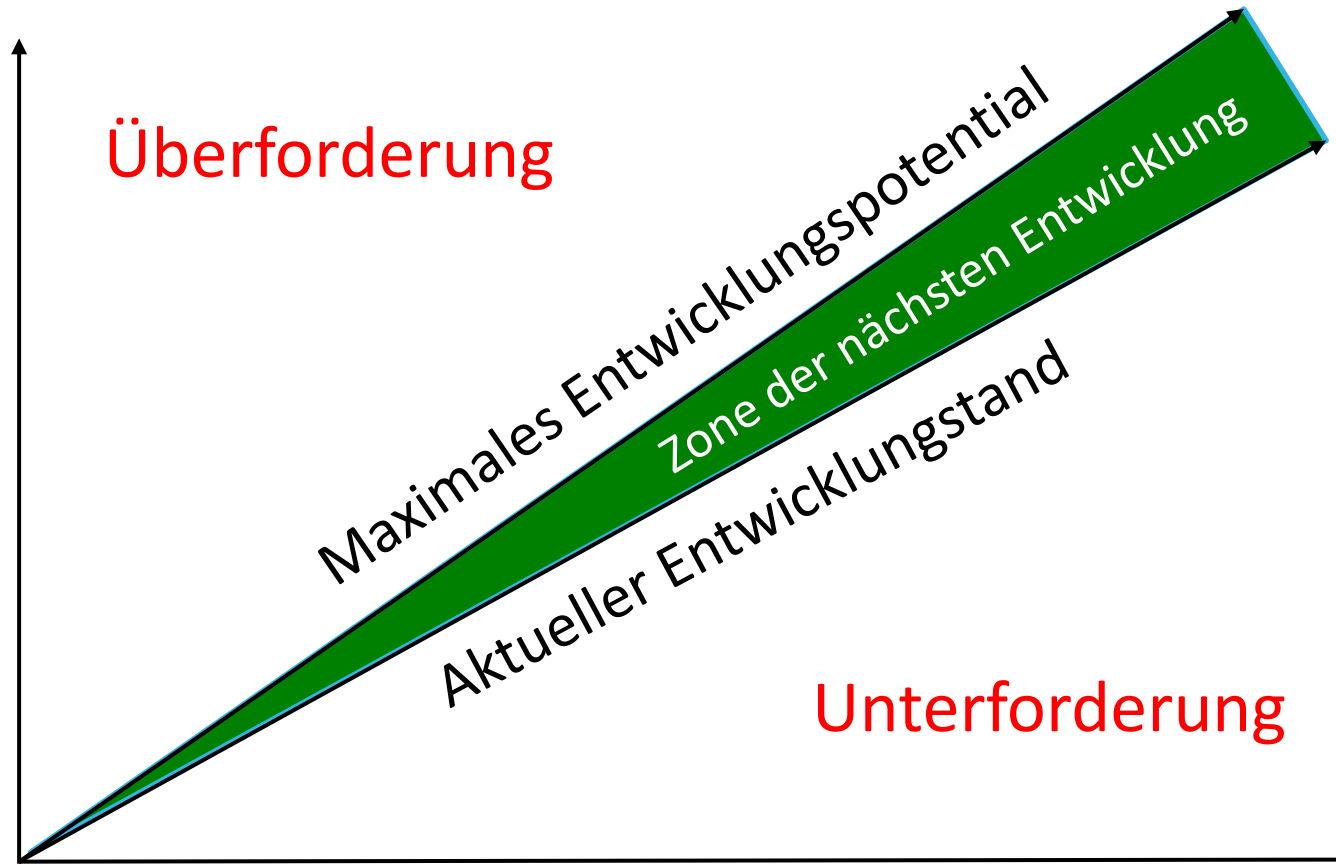
Grundbedürfnisse – Die 5G

1. Geborgenheit in Beziehungen
2. Gesundheit in Körper und Geist
3. Gelegenheiten zum Lernen
4. Grenzen als Orientierung
5. Gemeinschaften mit Anderen



Gelegenheiten zum Lernen

Zone der nächsten Entwicklung



Lew Wygotski (1896-1935)

Was können wir tun ?

Entwicklungswissen stärken

- Fachpersonen brauchen grundlegendes Wissen über die kindliche Entwicklung von Geburt bis ins Erwachsenenalter
- Was brauchen Kinder, damit sie gesund aufwachsen können?





Entwicklungsorientierter Unterricht

Certificate of Advanced Studies CAS 2026
Philosophische Fakultät und Medizinische
Fakultät der Universität Zürich



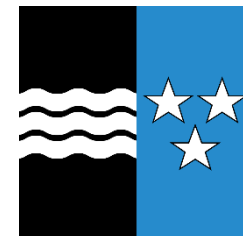
Infoveranstaltung:

Mittwoch, 10. Juni, 12.30 h,
online

Informationen/Anmeldung:

[Akademie. Für das Kind. |](#)

**Kanton Aargau übernimmt
Studiengebühren bei
Anstellung im Kanton für
Durchgang 2026-2028**



Was Kinder brauchen

Grundbedürfnisse – **Die 5G**

1. Geborgenheit in Beziehungen
2. Gesundheit in Körper und Geist
3. Gelegenheiten zum Lernen
4. Grenzen als Orientierung
5. Gemeinschaften mit Anderen



Grenzen als Orientierung

Begleitender Unterricht

- Führung und Lenkung
- Verlässlicher Rahmen
- Erwartungen und Regeln
- Rückmeldungen und Ermutigung
- Verantwortung zugewandt, warm und wertschätzend übernehmen
- Grenzen wirken durch Beziehung

Grenzen setzen in Beziehung sein

Klasse ist im Wald, die Grenzen sind besprochen. R. überschreitet die Grenze.

LP1: Er will mich provozieren, ich rufe ihn zurück und sage ihm, was sich gehört.

LP2: Er testet aus, wie weit die Grenze geht. Ich vertraue ihm, lobe ihn dafür, dass er genau weiss, wo die Grenzen sind.

Grenzen setzen in Beziehung sein

Klasse ist im Wald, die Grenzen sind
besprochen. R. überschreitet die Grenze.

LP1: Konflikt, negative Aufmerksamkeit,
Störung der Beziehung

LP2: Aufmerksamkeit und in Beziehung sein

Was Kinder brauchen

Grundbedürfnisse – Die 5G

1. Geborgenheit in Beziehungen
2. Gesundheit in Körper und Geist
3. Gelegenheiten zum Lernen
4. Grenzen für Orientierung
5. Gemeinschaften mit Anderen







Erscheint am
14. September
2026